

コミセン事務局からのお知らせ

◆サークル清掃のお願い

サークル清掃は、利用団体の皆様の自主的な活動として今後も継続していただくとありがたいです。当番表は、抽選会に参加できる団体で組ませていただいておりますので、各サークルの都合に合わせて実施していただいても結構です。ご協力をお願いします。

◆4月交流サロン開催日

※交流サロン使用の際は窓口での受付が必要です

- ① 利用者の方は、事務室にお立ち寄りください。
- ② 飲食目的での利用はできません。

- 開設日：毎週 月・水・金曜日
※祝日・休館日は除きます。
- 利用時間：9：00～17：00 まで
- 場 所：交流ルーム
- 利用できない日
29日(祝)…午前・午後

◆令和6年6月分使用申込み

- 抽 選 会……4月25日(木) 8：45までお集まり下さい。
※会場は2階研修室です。
- 一般貸出受付……5月1日(水) から
※電話での受付は5月1日13：00から行っております。
仮受付後は、出来るだけ早く窓口で本申請をしてください。



子育て おしゃべり サロン



- * 日 時 4月10日(水)・24日(水) 10：00～12：00
- * 場 所 南沼原コミュニティセンター 2階 和室
- * 対 象 0～3歳くらいまでのお子さんと保護者
もうすぐママになる妊婦さん
- * 持ち物 バスタオル(子どもを寝かせられるもの) 飲み物など

主催：南沼原地区社会福祉協議会

令和6年 4月号

南沼原 回覧



コミュニティセンターだより

【山形市運営業務受託団体】
南沼原コミュニティ
センター運営協議会
〒990-2465
山形市南館西19-11
Tel 644-3212
Fax 644-3712
E-Mail
minaminumahara@mmy.ne.jp

新年度のスタートです

日頃から、地域の皆様には、コミセン活動にご理解、ご協力を賜り職員一同心より感謝申し上げます。

令和5年度事業につきましては、新型コロナウイルス感染症の5類移行にともない、中止することなく全て予定通り実施することが出来ました。ありがとうございました。

令和6年度事業につきましても、活気ある住みよい地域づくりの実現にむけ計画してまいりますので、ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。と同時に、地域住民のふれあいの場として、コミセンを大いに活用されますようご期待申し上げます。

なお、今年度の事務局は、職員1名の入れ替えがあります。
どうぞよろしくお願い致します。

南沼原コミュニティセンター 所長 金澤 孝治

今年度の事務局体制…よろしくお願いいたします。

事務局長 中村 裕之
事務局職員 伊藤 栄子 石澤 敦子 櫻井 陽子(新)

退職者…大変お世話になり、ありがとうございました。
事務局職員 井上 文子



令和6年度の主な事業(予定)

- 体組成チェックで健康管理
- 寄せ植え講座
- スローエアロビック
- ゆべし作り
- ハーバリウム作り
- 歌声広場
- こども科学教室
- はらっぱウォーキング
- みんなの音楽祭
- 文化祭
- 年忘れ落語会
- ワクワクこどもクッキング
- 新年顔合わせ会
- こども冬まつり

「南沼原にぎわい食堂」からのお知らせ



子ども食堂とは、子ども達がご飯を食べたり宿題をしたり遊んだり「子どもの居場所」として、安心して過ごせる会場です。

開催日：ランチ・学習会 ... **4月4日(木) (子ども無料) 9:30~16:00**

夕食会 ... **4月18日(木)・5月2日(木) 16:00~19:00**

場所：南沼原コミュニティセンター 1階 交流ルーム

食事数：限定 50 食

申込み・問合せ：開催日前日の12:00までWEB・Eメール又はショートメールに送信下さい。

食堂代表者 鬼島 成子

HP(申込フォーム) <https://www.nigiwaishokudo.com/>

Eメールアドレス nigiwaishokudo@gmail.com

ショートメール 070-8986-8050

Instagram [nigiwai_syokudou](https://www.instagram.com/nigiwai_syokudou)



【HP 二次元コード】

記入項目：①名前 ②年齢 ③性別 ④参加予定時間(家族単位でまとめて記載)

協力金のお願い：幼児…無料 小学生・中学生…100円 高校生以上…200円 成人…300円以上

※ご支援頂ける方やお手伝い頂ける方を広く募っております。



脳いきいきカフェ

- 日時：**4月9日(火) 13:30~14:30**
- 場所：**南沼原コミュニティセンター(2F研修室)**
- 内容：**「サイコロゲームで楽しもう！」**
- 参加費：**100円(おつりの無いようにお願いします)**
- 申込み：**参加申し込み制とします。**
※先着20名程度



自宅でもできる!!

脳いきいきオンラインカフェのお知らせ

【日時】**4月16日(火)**
13:30~14:10
【場所】**ご自宅**



オンラインカフェとは?

認知症の人やその家族、予防したい方が対面にならず気軽に集える場所です。ご興味のある方は、包括支援センターまでご連絡ください。

パソコンやスマホを利用して今までと違った形で参加してみませんか?

問い合わせ：南沼原地域包括支援センター ☎664-3080

食のボランティア養成講座～食生活改善推進員養成講座～

健康づくりのために望ましい食生活を学び、地域に広めていただくボランティア(食生活改善推進員)を養成する講座です。食と健康に興味がある方、新たな仲間を作りたい方、ボランティア活動に興味のある方、どなたでも参加いただけます。

募集中!

対象：山形市内在住の方40名
期間：令和6年5月から計8回の講座(1回4時間程度)
内容：医師や管理栄養士の話、調理実習など
会場：山形市保健所(霞城セントラル内)
費用：3,500円程度(調理実習代など)

※講座修了後、山形市食生活改善推進員として地域で5年以上の活動をお願いします。
※運動普及推進員養成講座(運動普及推進員)と兼ねることはできません。

問合せ・申込先：山形市健康増進課 健康栄養係 616-7273

講座受講生募集中



～運動普及推進員養成講座 5月下旬開講予定～

健康づくりについて学び、誰でもできる「運動」を広めていただくボランティアを養成する講座です。講座修了後は、運動普及推進員として、仲間と楽しく「運動」を主とした健康づくりを実践していくことができます。

- *内容 健康づくりに必要な講話や運動実技(ストレッチ体操やウォーキング等)
- *講師 医師や大学の先生、健康運動指導士、保健師、管理栄養士、歯科衛生士
- *対象 市内在住の70歳くらいまでの方(先着20人)
- *日程 令和6年5月から1月にかけて計8回開催予定
(主に平日、月1~2回、1回当り3時間程度)
- *説明会 5月中旬予定
- *受講料 1,000円程度(運動実技の際に加入する保険料等)
- *申込方法 電話で山形市保健所健康増進課へ

お問い合わせ：山形市保健所健康増進課
電話 616-7271

きもの着付け会員募集

きもの着付けサークルに入ってみませんか?
自宅のたんすに眠っている着物で気軽に着付けをしてみませんか?

毎月第2・第4水曜日13:30~16:00
無料体験できます!!

詳しくは、サークルときめき 遊佐まで(090-1490-9754)

